



In dit nummer:

- Invloed van corona op de praktijk
- Ervaringen met het online netwerk
- Samenwerking met huidartsen
- Afscheid van huisarts Petra Klein

DOKWERK

MEDEDELINGENBLAD HUISARTSENPRAKTIJK HET DOK • JUNI 2020 • NUMMER 1

Huisarts Anne van Ee:

‘Ineens was alles anders’

Van een volle naar een lege wachtkamer. Van normale kleding naar volledig ingepakt. Van lenzen naar een beslagen veiligheidsbril. Van boven naar beneden. Van 5 naar 3 patiënten per uur. Van sociale visites naar sociale belletjes. Van een fysiek consult naar beeldbellen. En zo kan ik nog wel even doorgaan.

Wie had drie maanden geleden kunnen bedenken dat een gemiddelde huisartsenpraktijk er zo anders uit zou zien? Ik was net een goede twee maanden aan het werk als ‘echte’ huisarts toen ik ineens de corona-dokter werd. Ineens krijg je te maken met een ziekte die niemand kent en waarvoor alles nieuw bedacht moet worden. Ergens onder in een kast lagen nog wat boxen met beschermingsmateriaal vanuit de periode met de Mexicaanse griep. In de eerste week dachten we nog dat dit wel voldoende zou zijn. Niks bleek minder waar...

Binnen no-time werd de ruimte van de



Huisarts Anne van Ee.

GGD beneden omgebouwd tot isolatiepraktijk en deed ik hier samen met één van de assistentes in de ochtend en de middag een luchtwegspreekuur met tussendoor ook nog een aantal visites. Zeker de visites waren erg intensief waarbij er na elke patiënt omgekleed moest worden. Gelukkig werd ook hier snel een oplossing voor bedacht: de visite-auto, inclusief chauffeur. Wat een luxe, omkleden was niet meer nodig en het medische instrumentarium werd schoon gemaakt door de chauffeur. Wat een hoop tijd en energie scheelde dit.

>> vervolg op pagina 2

Van de redactie

De wereld in korte tijd op zijn kop! Het jaar 2020 is nu al in veel opzichten bepaald door het Corona (COVID-19)-virus. Als huisartsenpraktijk stonden we in de frontlinie. We hebben veel van dichtbij meegemaakt: zieke, soms ernstig zieke patiënten, sterfgevallen, leed van mensen die niet bij hun ziek of stervend familielid konden zijn, angstige patiënten die bang waren om de ziek te worden. Daarnaast moest veel zorg afgehouden worden om de kans op verspreiding te verkleinen. Een situatie die eerder eigenlijk alleen op papier bestond, maar nu werkelijkheid werd. In dit Dokwerk leest u meer over de ervaringen in de afgelopen tijd en hoe we verder gaan. Hoewel het gevaar nog niet is geweken, zijn we druk om de ‘gewone zorg’ weer op te starten. Wel met de nodige maatregelen uiteraard. Nu is er ook weer tijd om verder te gaan met nieuwe ontwikkelingen, zoals MijnGezondheidsNet en het beeldbellen. Ook een al eerder gemaakt plan over de samenwerking met de specialisten van het Antoniusziekenhuis gaan we uitrollen. In dit Dokwerk is ook ruimte gemaakt voor afscheid van huisarts Petra Klein. Maar daarnaast ook kennismaking: een nieuwe assistente, een nieuwe huisarts-in-opleiding, een nieuwe POH-GGZ en de Urker Patientenfederatie. Zoals gebruikelijk sluiten we af met een kunstzinnige bijdrage van Klaas Johannes Romkes.

Namens de redactie,
Kees de Visser



Hoe corona het werken in Het Dok heeft veranderd

De invloed van de maatregelen op de huisartsenpraktijk



Langzaam wordt het duidelijk dat het aantal Coronabesmettingen aan het dalen is. Toch ligt het virus nog steeds op de loer en zijn maatregelen nodig om verdere verspreiding te voorkomen. We proberen de normale spreekuren weer op te starten, maar nemen uit zorgvuldigheid de volgende maatregelen:

Luchtwegspreekuur

Als u contact opneemt met de praktijk wordt nauwkeurig uitgevraagd of u luchtwegklachten heeft. We willen patiënten met mogelijke 'corona-klachten' niet in contact laten komen met andere patiënten. Als het nodig is om op het spreekuur te komen is hiervoor een speciale spreekkamer op de begane grond ingericht. U wordt hier gezien door een huisarts die beschermingsmiddelen draagt zoals een spatbril, mondkapje, schort en handschoenen.

Telefonisch of via beeldbellen

Om patiënten niet onnodig in Het DOK te laten komen wordt gekeken of er andere manieren van contact mogelijk zijn. Vaak kunnen vragen ook telefonisch worden afgehandeld. Een nieuwe manier is ook het zogenaamde beeldbellen. Op een eenvoudige manier kan de huisarts of praktijkondersteuner via uw mobiele telefoon met u praten en meekijken. Uiteraard blijft het soms nodig om toch op het spreekuur te komen of zo nodig een visite aan huis te krijgen.

>> vervolg van pagina 1

Ook de overige zorg werd volledig anders. De assistentes waren enorm druk aan de telefoon om alle telefoontjes over het coronavirus zo goed mogelijk te kunnen beantwoorden. De normale spreekuren werden bijna volledig vervangen door telefonische spreekuren. De praktijkondersteuners moesten alle controles afzeggen en een manier bedenken om toch de patiënten met suikerziekte, een hoge bloeddruk of COPD/astma in beeld te houden. Zo werd onder andere de glucose drive-inn bedacht. De praktijkondersteuners GGZ waren al snel de experts in beeldbellen. Dit bleek van groot belang, want eenzaamheid, maar ook verandering van een dagelijks ritme bleek voor veel patiënten zwaar. Maar ook vanuit huis werd door een aantal medewerkers keihard gewerkt om de



Aan het werk als coronadokter.

nieuwe manier van werken te laten slagen. Het werk is anders, en daardoor wat zwaarder geworden. Maar ook dit nieuwe normaal

went. Veel zwaarder zijn de verhalen van patiënten die helemaal alleen liggen in een ziekenhuis of zelfs alleen komen te overlijden. Daar komt dan nog bij dat familie geen normaal afscheid heeft gehad of zelfs de begrafenis van zijn/haar geliefde niet bij kan wonen. Dit zijn de verhalen die je mee naar huis neemt.

Gelukkig merken wij, net als in de rest van Nederland, een duidelijke afname in het aantal voor corona verdachte patiënten. We hebben het luchtwegspreekuur terug kunnen brengen naar één blokje in de middag en het normale spreekuur begint weer op gang te komen. Zij het met de RIVM-maatregelen, zoals 1.5 meter afstand houden en geen handen schudden. Dit nieuwe normaal zullen we met zijn allen voorlopig nog vol moeten houden, maar ik heb er alle vertrouwen in dat dit goed komt. Ineens is alles anders.



Afstand

In de praktijk zijn speciale markeringen aangebracht om u attent te maken op het afstand bewaren. Op de grond zijn speciale stickers aangebracht en bij de balie zijn speciale doorzichtige schermen opgehangen. De wachtkamer is anders ingedeeld om te zorgen dat patiënten ook daar afstand houden.

Mondkapjes

Als hulpverleners proberen we zoveel mogelijk de 1,5 meter regel aan te houden. Als dat niet lukt en de assistente, praktijkondersteuner of huisarts moet langer dan 3 minuten op korte afstand zijn (bijvoorbeeld bij een onderzoek) zullen we een mondkapje en handschoenen dragen. Hier volgen we de landelijke adviezen.

Geen handen schudden en desinfectiepomp

Omdat het virus via de handen overgebracht kan worden vragen we u bij binnenkomst in de praktijk u handen te desinfecteren. Hiervoor staat een speciale pomp bij ingang

van de praktijk. Uiteraard geven we ook geen handen meer bij de ontmoeting.

Kom alleen

Wij vragen u, als u een afspraak heeft, zo mogelijk alleen naar de praktijk te komen. Als het noodzakelijk is dan mag er maximaal

1 begeleider mee komen met de patiënt.

Door deze maatregelen proberen we het aantal mensen wat in de praktijk komt te beperken.

Met deze maatregelen willen we uw gezondheid en de onze zoveel als mogelijk beschermen. We rekenen op uw medewerking!



Contact met uw huisarts als het u uitkomt?

Ervaringen met www.mijngezondheid.net

Huisartsenpraktijk het DOK werkt nu twee jaar met online-omgeving www.mijngezondheid.net (MGN) en de app *MedGemak*. Ruim 25 procent van de patiënten is hiervoor aangemeld en een toenemend aantal patiënten maakt er gebruik van. Tijd om een paar gebruikers te vragen naar hun ervaringen. De reacties zijn overwegend positief met ook zeker kritische kanttekeningen.

Hoe gebruiksvriendelijk is www.mijngezondheid.net?

Inloggen is niet zomaar gedaan. Dat moet met een DigiD en dit levert weleens frustratie op. Maar de veiligheid is hier wel goed gewaarborgd.

Medicijnen bestellen is erg eenvoudig. Met name bij gebruik van meerdere medicijnen is het overzicht duidelijk. Je ziet gelijk ook tot wanneer de voorraad voldoende is. Je hoeft niet meer te bellen of iets langs te brengen. Een druk op de knop en het is van uit huis geregeld.

Wanneer er extra medicatie nodig is, zoals voor pijnstilling of antibiotica, kan dit gevraagd worden bij de opmerkingen.

Als er vanuit verschillende ziekenhuisapo-



theken medicijnen worden geleverd staat dit niet altijd correct vermeldt in het overzicht. Systemen hebben, met name in de gezondheidszorg, communiceren niet altijd met elkaar.

Aan de ene kant geruststellend omdat je dossier niet overal en op elk systeem in te zien is, maar vervelend wanneer je dit als patiënt

steeds zelf moet communiceren naar apotheek, huisarts en behandelend arts.

Sinds kort is het ook mogelijk de uitslagen van onderzoeken (bijvoorbeeld bloedonderzoek) ook via MGN in te zien zijn. Zodat dit in lopende onderzoeken meegenomen kan worden naar de diverse behandelend artsen. De korte lijn naar de huisarts of praktijkondersteuner is wel een pré. Op vragen gesteld via www.mijngezondheid.net komt vaak snel een antwoord. Hierdoor is een bezoek of telefoontje aan de praktijk niet altijd nodig.

Al met al een goede extra mogelijkheid om zelf dingen te regelen. Het levert tijd op en gemak en kan je een bezoek aan de huisarts besparen. Zeker in deze 'Corona-tijd' kan dat voordelen opleveren.

WIJ BEDANKEN....

In de afgelopen tijd hebben we van verschillende kanten ondersteuning gekregen.

Versillende personen (waaronder boerenbedrijven uit de regio) hebben ons geholpen met persoonlijke beschermingsmaterialen zoals mondkapjes, overals en handschoenen. Dit heeft het ons mogelijk gemaakt om op een veilige manier te kunnen werken.

Ook verschillende bedrijven en organisaties hebben ons geholpen.

- **Treant Zorggroep** leverde ons verschillende beschermende materialen.
- **Antoniusziekenhuis** heeft ons ondersteund met onder andere beschermende kleding.
- **Bakker Bedrijfsartikelen** heeft ons ook de nodige noodzakelijke beschermingsmaterialen geleverd.
- **Zorggroep Oude en Nieuwe Land** en **GGD Flevoland** hebben ruimte beschikbaar gesteld voor een speciaal luchtwegspreekuur op de begane grond.
- Een bijzondere ondersteuning kwam van Lub Kramer van **Aquamar B.V.** in het meedenken en faciliteren van desinfectie en preventie bijvoorbeeld door een UV-deken.
- Dankzij **Mudde & Kok Automotive**, die ons gratis een auto beschikbaar heeft gesteld, konden we veilig thuisbezoeken doen bij Corona-patiënten.

Namens huisartsenpraktijk Het DOK: BEDANKT.

Samenwerking met huidartsen van Antoniusziekenhuis

Het Dok en huidartsen van het Antoniusziekenhuis hebben een samenwerking opgestart: huidafwijkingen worden mee beoordeeld door de specialist zonder dat een verwijzing naar het ziekenhuis nodig is.

De huisartsen van Het Dok kunnen nu al gebruikmaken van de deskundigheid van een specialist via een digitaal consult. Huisarts Kees de Visser vertelt: 'Als bijvoorbeeld de behandeling van eczeem niet goed aanslaat, kunnen een foto maken van de huidafwijking. Via een beveiligde verbinding delen we de foto met de specialist en vragen om advies.' Volgens dokter de Visser is het voordeel dat de betreffende patiënt geen afspraak hoeft te maken op de polikliniek in Emmeloord en de huisartsen sneller een specialist mee kunnen laten kijken. Geen doorverwijzing naar het ziekenhuis betekent ook dat het eigen risico



van de patiënt niet aangesproken wordt, terwijl de patiënt wel goede zorg krijgt. Dermatoloog Joost van Wijk is enthousiast over de proef. 'Wij stellen graag onze kennis beschikbaar om eerder en sneller in een behandeling mee te denken. Daarvoor is het niet altijd nodig om verwezen te worden naar het ziekenhuis.' De artsen benadrukken dat het om een proef gaat. Als medewerkers en patiënten er tevreden over zijn wordt de proef uitgebreid.

De bedoeling is dat de dermatologen binnenkort ook in Het DOK spreekuur komen doen. Patiënten met andere klachten en patiënten die onder controle waren bij de huidarts kunnen op deze manier ook op Urk geholpen worden. Er zijn gesprekken met andere specialisten van het Antoniusziekenhuis en Tjongerschans, om weer meer spreekuren in Het DOK op te starten.

Klankbordgroep Zorgstructuur Urk

Meedenken vanuit patiëntenperspectief

De Klankbordgroep Zorgstructuur Urk is een groep van betrokken Urkers die vanuit de patiënt en mantelzorger wil meedenken over de zorg. De klankbordgroep is onderdeel van de Flevolandse Patiënten Federatie (FPF).

Het belang is duidelijk. De vanzelfsprekendheid van zorg dichtbij lijkt definitief voorbij. Het ziekenhuis kan ineens failliet gaan, verpleeghuizen gaan op slot, specialistische zorg wordt uitgesteld. De markt domineert en de overheid bepaalt. De zorg gaat op de schop nu de marktwerking een teleurstelling blijkt te zijn en Corona heeft het systeem op zijn grondvesten laten schudden.

Maar wat betekent dat voor ons, de zorggebruikers die afhankelijk zijn van deze zorg? Wat betekent het voor de inwoners van Urk? Hoe moet het met de verloskunde en spoedzorg in de buurt? Weer ziekenhuisbedden in Emmeloord? Weer specialistische zorg op Urk? Moet er meer aandacht komen voor preventie door bewegen en gezonde voeding? En wat is de rol van het bedrijfsleven? Veel vragen maar ook mogelijkheden om

over na te denken én over mee te praten. Als klankbordgroep kunnen en willen wij dit. Wij adviseren de gemeente Urk via de Adviesraad Sociaal Domein. Zo praten we ook met huisartsenpraktijk Het Dok over het ontwikkelen van anderhalvelijnszorg op Urk. En worden er door de klankbordgroep gesprekken gevoerd over het Gezondheids-

plein in Emmeloord. Als onderdeel van de Flevolandse Patiënten Federatie hebben we gemakkelijk toegang tot de provincie, de zorgverzekeraar en overheidsinstellingen. Ons motto: Zo veel mogelijk samenwerken.

Wil je meedenken en meepraten vanuit je ervaring als patiënt of mantelzorger? De Klankbordgroep Zorgstructuur Urk zoekt mensen die een bijdrage te leveren, hoe beperkt ook. Neem contact op via: info@zorgstructuur.nl.



Van rechts naar links: Zwanie Hoefnagel, Wim de Visser, Willy van den Berg, Dirk Visser en Pieter Leen Bos. Margriet Romkes staat niet op de foto.

Huisarts Petra Klein vertrokken naar Almere

‘Het liefst was ik op Urk gebleven’

Vier jaar geleden leek Huisartsenpraktijk Het DOK de definitieve bestemming voor huisarts Petra Klein. Sinds 1 mei is haar situatie echter drastisch veranderd. De komst van twee kinderen leidde er toe dat de combinatie tussen gezin en reistijd naar en van Urk een barrière gingen vormen om optimaal te kunnen functioneren. Sinds 1 mei is zij werkzaam bij een huisartsenpraktijk in Almere, haar woonplaats.



Tijdens het afscheidsgesprek met Petra Klein werd teruggekeken op haar periode op Urk. Snel werd duidelijk dat het vertrek uit Het DOK haar niet onberoerd laat: ‘Ik was het liefst op Urk gebleven. Ik heb prachtige mensen ontmoet en begeleid. Heel hartelijk, open en vrijwel alles was bespreekbaar. Ik had als huisarts warme contacten met de patiënten. Samen zochten we naar oplossingen.’

Toch kwam er een moment waarop keuzes gemaakt moesten worden: ‘En dat was heel lastig. Ik had het erg naar mijn zin in Het DOK. Ik had mij bij mijn komst op Urk voorgenomen hier heel lang te blijven. Alleen de tijd, vooral in de ochtenden, gooide roet in het eten. ’s Ochtends kinderen snel

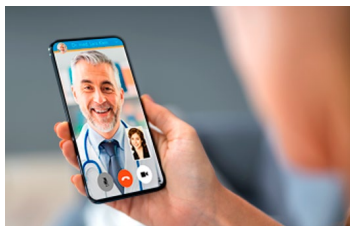
wegbrengen en dan in 3 kwartier naar Urk om aan het spreekuur te beginnen. Een combinatie die voor mij niet optimaal bleek te zijn.’

Na lang wikken en wegen werd de knoop doorgehakt: ‘Ik heb het eerst geprobeerd twee dagen per week te werken, maar ook dat gaf niet de juiste oplossing. Ik raakte het contact met mijn patiënten kwijt, en dat is juist waarom ik huisarts ben geworden. Verhuizen richting Urk of omgeving was ook geen optie omdat mijn man in het westen van het land werkt. Uiteindelijk besloot ik om mijn baan op Urk op te zeggen en in Almere aan de slag gaan. Het is qua praktijk-

grootte gelijk aan het Dok, maar het is een praktijk in wederopbouw, heel anders dan in Het DOK.’

Petra Klein zal Urk vooral de eerste tijd nog wel gaan missen. Door haar behandelde patiënten zullen dat ongetwijfeld ook doen: ‘Ik heb een fantastische tijd op Urk gehad. Een geweldig team van collega-artsen en assistenten. Ik kijk in dankbaarheid terug op de coaching en de mogelijkheden die ik van mijn Urker collega’s heb gekregen, waardoor ik de dokter ben geworden die ik nu ben. Maar zeker ook richting de patiënten die mij het vertrouwen hebben gegeven.’ Ter afsluiting laat ze nog weten: ‘Na mijn vertrek heb ik nog veel berichten gekregen via de mail. Wat een lieve en mooie woorden. Ontzettend bedankt hiervoor. Ik vond het heel prettig om uw huisarts te mogen zijn.’

Beeldbellen – nieuwe mogelijk voor contact met de praktijk



Door de Corona-problematiek nemen we zoveel mogelijk maatregelen om te zorgen voor uw en onze veiligheid. We proberen zoveel mogelijk 1,5 meter afstand te houden en waar nodig gebruiken we persoonlijke beschermingsmiddelen.

Beeldbellen is ook een manier om veilig contact te hebben met de huisartsenpraktijk. Uw huisarts of praktijkondersteuner kan via een beveiligde verbinding contact met u hebben met beeld en geluid.

U heeft hiervoor alleen een smartphone nodig. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Het werkt erg eenvoudig. Via de praktijk krijgt u een SMS of mailbericht met een toegangscode.

Door deze te activeren kan de huisarts of praktijkondersteuner u op uw telefoon bellen.



Nieuwe huisarts-in-opleiding: Sanne Dijkhuizen

1 juni is Sanne Dijkhuizen in Het DOK gestart als huisarts-in-opleiding. Zij zit in het derde en laatste jaar en wordt begeleid door Kees de Visser.

Sanne woont in Zwolle, is getrouwd en heeft een dochter. Eind augustus gaat ze met zwangerschapsverlof. Als alles goed gaat komt ze aan het eind van dit jaar weer terug om haar opleiding af te ronden.

Even voorstellen: Janette Kapitein, doktersassistente

Werken met mensen. Dat was de grote wens van Janette Kapitein. En het liefst in de zorg. Haar keuze viel op de opleiding tot huisartsassistente. Begin mei van dit jaar nam zij haar diploma voor de opleiding Beroeps Begeleidende Leerweg (BBL) voor zij-instromers in ontvangst en kreeg een baan in Het DOK.



De groep ondersteuners en assistentes groeit gestaag. Janette Kapitein is een van de nieuwelingen in het team doktersassistenten. Janette had eerst een andere baan, maar

wilde graag meer voor mensen betekenen. Ze ging studeren in Amsterdam. 'Werken met mensen, maar dan op een manier die voldoening geeft, dat was mijn motivatie om te gaan studeren. Na een periode van oriëntatie besloot ik een opleiding te gaan doen om doktersassistente te worden. Omgaan met mensen, maar ook iets voor hen kunnen betekenen en waarbij iedere dag anders is. Dat was voor mij richtingbepalend. Een keuze waarvan ik nu al zeker weet dat het de juiste is', zegt Janette.

Begin mei rondde zij haar opleiding in Amsterdam met succes af, maar heeft al maanden lang meegekeken in de keuken van huisartsen: 'Ik heb meegelopen in de behandelkamer en was al inzetbaar aan de balie en aan de telefoon. Maar alles liep wel via de huisarts.'

Dat zij van Urk afkomstig is, levert tot nu toe geen vragen op. 'Integendeel, ik krijg juist hele leuke reacties. Soms kunnen mensen zich beter uiten in het Urker dialect en dat versta en spreek ik natuurlijk. Uiteraard spreken wij bij de balie en in de behandel- en spreekkamer Nederlands.'

Nadat Janette begin mei te horen kreeg dat zijn geslaagd was, kreeg zij direct een baan bij UHM (Urker Huisartsen Maatschap) aangeboden. 'Zestien uur per week, een prachtige baan. En op de fiets naar het werk kunnen gaan, mooier kan het bijna niet', besluit Janette.

Kunst van vertellen



Waterhouse 1916 - Decameron

In een voor mij vrij grijs verleden werd ik in een onbezonnen ogenblik lid van de NBC. Ter verduidelijking voor de jonge lezertjes onder ons, dat was de Nederlandse Boeken Club. Je moest dan periodiek een boek bestellen naar keuze. Inmiddels heb ik de meeste boeken die ik ooit gekocht heb toen, cadeau gedaan aan

een kringloopwinkel. Twee titels zijn mij bijgebleven. Een, 'de rode Orm' heb ik nog. Twee was een rode oortjes boek. 'De Decamerone' van Giovanni Boccaccio. Oorspronkelijk ergens tussen 1350 en 1360 geschreven in Italië. Het boek is een raamvertelling. Tien jeugdige mensen ontvluchten de stad Florence in Italië en trekken naar een afgelegen landhuis op het platteland. Zij hopen zo in afzondering gespaard te blijven voor de dan heersende Zwarte dood die om zich heen maaide en vele doden maakte.

De zeven dames en drie heren verbeiden hun tijd door het vertellen van verhalen. Sommige verhalen kan enige ondeugendheid niet worden ontzegd. En zo vertellen ze om beurten tien dagen lang honderd verhalen. Daarbij meteen gezegd dat er op vrijdag en zaterdag geen verhalen werden verteld. De vrijdag was een dag van gebed en de zaterdag van toilet maken voor de dames.

Nu houd ik niet van de gewoonte om bij elke gelegenheid een vrome tekst van de plank te plukken, maar voor deze keer dan: Prediker 1 vers 9: "Wat geweest is, dat zal er zijn, en wat gedaan is, dat zal gedaan worden; er is niets nieuws onder de zon."

De overeenkomst met de veertiende eeuw en de eenentwintigste eeuw is opvallend. Toen was er sprake van grote paniek voor de epidemie. Voor de arme lieden was er weinig mogelijk. Ouderdom, ondervoeding maakte grote delen van de bevolking extra gevoelig voor de tentakels van de pest. Er ontstond een grote economische crisis. Er waren domweg te weinig handwerkslieden, arbeiders en boeren over om de economie draaiende te houden. Die stortte dan ook geheel in. Nog meer armoede en hongersnoden teisterden het land. Autoriteiten probeerden met soms draconische maatregelen grip op de situatie te houden. Soms zelfs te gebruiken om hun macht over de samenleving te vergroten.

Wanneer we nu kijken naar de huidige situatie ontdekken we de enorme overeenkomst en de verwevenheid van de mensheid. Onze naaste kan zomaar 3000 kilometer verderop wonen. En we kunnen niet weggijken van problemen. Het zijn gezamenlijke problemen. Vluchten kan niet meer. Ik lees over kelderende beurzen, gecancelde vluchten. Vakanties die in gevaar komen. En quarantaine op cruiseschepen. En ieder boven de vijftig schijnt extra gevaar te lopen. Om maar niet te spreken van mensen met chronische ziekten of verzwakte mensen in erbarmelijke omstandigheden. Hier en vooral daar paniek in de tent.

Toch wil ik dit stukje positief eindigen. Volgens deskundigen komt er een einde aan. De lente, die je al kunt ruiken, zal daar goed aan doen. Hier ter plaatse en ten lande hebben we een uitstekend medisch apparaat en goede zorg. En eerlijk gezegd, zoenen en handenschud-den was toch al niet mijn hobby. Veel gezondheid toegewenst.

kjromkes@hotmail.com

Even voorstellen: Ingrid Dam

Praktijkondersteuner (POH GGZ)

Hebt u psychische klachten, dan kan uw huisarts u binnen de praktijk verwijzen naar een praktijkondersteuner. Deze kan u over het algemeen snel helpen. In onze huisartsenmaatschap is sinds februari Ingrid Dam ons team komen versterken. Zij heeft de functie van Praktijkondersteuner Huisartsen Geestelijke Gezondheid Zorg (POH GGZ).

Gedurende haar werkzame leven heeft Ingrid Dam verschillende functies bekleed. Allemaal functies die een link hebben met zorg voor de medemens. Na haar HBO-studie psychologie begon zij haar carrière in de ouderenzorg, gevolgd door een functie als maatschappelijk werker, voor alle leeftijden. De laatste jaren was ze naast deze baan ook actief als loopbaancoach. In februari is Ingrid bij de Urker Huisartsen Maatschap (UHM) in Het DOK begonnen. 'Ik voelde mij meteen op mijn gemak. Het lijkt alsof ik er altijd al ben. Ik werk in een team met fijne collega's. Het werken met mensen uit de Urker samenleving voelt goed. De contacten en de gesprekken zijn goed. Mensen kijken natuurlijk eerst de kat uit de boom, maar naarmate de contacten en de gesprekken verdiepen, merk ik de oprechtheid van de mensen. Het zijn vaak mooie gesprekken.



De meeste mensen voelen dat ook zo.' Ingrid probeert met de gesprekken mensen verder te helpen en te kijken waar eventueel extra aandacht voor nodig is om uit een impasse te komen. Uiteraard bespreekt zij de voortgang met de huisarts zodat er direct geschakeld kan worden als iemand dreigt vast te lopen. 'De huisarts is eindverantwoordelijk en dus houden we nauw contact met elkaar. Samen proberen wij dan tot een oplossing te komen', zegt Ingrid Dam.

Voordat mensen bij Ingrid komen gaat er een bezoek aan de huisarts aan vooraf. Hij of zij kan dan adviseren in contact te komen met Ingrid of een van de andere medewerkers op het gebied van de GGZ.

Overige activiteiten in Het DOK:

- **Mathot (voor aanmeten kousen e.d.):** Tweede en vierde maandagmiddag van de maand. Afspraken via tel. nr.: 0800-2800409.
- **Visserij- en zeevaartkeuringen:** Huisartsen in Het DOK zijn bevoegd voor het uitvoeren van keuringen voor binnenvaart en zeevaart.
- **Stop-Roken-begeleiding:** door Anneke Heetebrij-Slot.
- **Reizigersvaccinatie:** Deskundige advisering en vaccinatie volgens de meest recente richtlijnen.

Voor bovenstaande: afspraak maken via het algemene praktijknummer.

- GGZ-sprekken van ELEOS en 's Heeren Loo.



Urker Huisartsen Maatschap

A. van Schothorst en Dr C.L. de Visser

Overige huisartsen:

Mw. E. Bollebakker, mw. L. van Bruggen,
mw. A. van Ee, G. Jonkheer, D. Visser,
mw. A. Zeeman

Huisartsenpraktijk Het DOK

Vlechttuinen 1-G • 8322 BA Urk

T 0527-247024 (bij spoed toets 1)

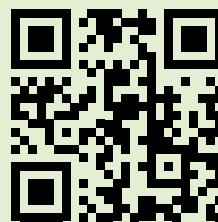
Recepten: T 0527-247024, toets 2.

Buiten kantoor tijden: 0900-3336333

Bij spoed: toets 1

Website:

www.hetdokurk.nl



Openingstijden Het DOK

Alle werkdagen: van 8.00-17.00 uur

Afspraak maken: 0527-247024

Zaterdag: Weekendsprek uur 9.00-11.30 uur

Afspraak maken: 0900-3336333

Afspraak maken: 0900-3336333

Herhaalrecepten

Herhaalmedicatie die vóór 14.00 uur wordt aangevraagd, kan na twee werkdagen worden afgehaald bij de apotheek.

